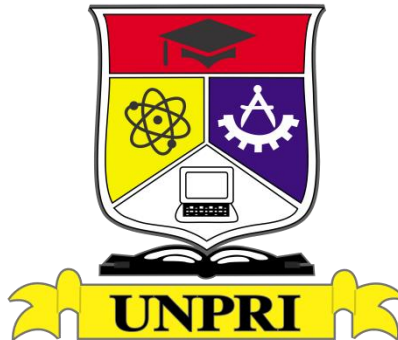


**GAMBARAN POLA HIDUP PASIEN HIPERTENSI DI MASYARAKAT  
KAMPUNG BENER MULIE**

**SKRIPSI**



**Diajukan Oleh :**

**Dosen Pembimbing : Dr. Karmila Br Kaban, S.Kep., Ners., M.Kep.**

**Ketua Peneliti : Kurnia Permata Sari (253302611249)**

**Anggota Peneliti 1 : Lely Listika (253302611314)**

**Anggota Peneliti 2 : Keisa Aulia Tazana (253302611250)**

**Anggota Peneliti 3 : Hilwa Mustika (253302611337)**

**Anggota Peneliti 4 : Cut Dewi Safira Imris (253302611336)**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS PRIMA INDONESIA**

**MEDAN TAHUN**

**2026**

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

Hipertensi merupakan kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah melebihi nilai normal. Seseorang dikategorikan mengalami hipertensi apabila tekanan darah sistolik mencapai  $\geq 130$  mmHg atau tekanan darah diastolik  $\geq 80$  mmHg (Unger et al., 2020). Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai komplikasi pada organ sasaran seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan pembuluh darah perifer. Tingkat keparahan kerusakan organ tersebut dipengaruhi oleh besarnya peningkatan tekanan darah serta durasi hipertensi yang tidak terkontrol atau tidak mendapatkan terapi yang optimal (Muhadi, 2016; S. Putra & Susilawati, 2022).

Hipertensi sering kali bersifat asimtomatik, namun peningkatan tekanan darah yang berlangsung secara persisten dalam jangka panjang dapat menyebabkan komplikasi serius. Oleh karena itu, pengendalian tekanan darah merupakan salah satu strategi utama dalam menurunkan angka morbiditas dan mortalitas akibat hipertensi (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023)

Kepatuhan pengobatan pasien hipertensi merupakan faktor penting, karena hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan tetapi harus selalu dikontrol atau dikendalikan agar tidak terjadi komplikasi yang dapat berujung pada kematian (Pratiwi & Perwitasari, 2017). Masalah ketidakpatuhan umum dijumpai dalam pengobatan penyakit kronis yang memerlukan pengobatan jangka panjang seperti hipertensi. Obat-obat antihipertensi yang ada saat ini telah terbukti dapat mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi (Bell et al., 2015)

Obat antihipertensi berperan penting dalam menurunkan risiko terjadinya berbagai komplikasi yang disebabkan oleh ketidakstabilan tekanan darah pasien hipertensi. Komplikasi yang bisa terjadi akibat penyakit hipertensi salah satunya adalah stroke dengan prevalensi pasien yang memiliki riwayat hipertensi sebanyak 95% pada pasien stroke (Ojo et al., 2016)

Diperkirakan 1,28 miliar penduduk dewasa usia 30–79 tahun di dunia menderita hipertensi, dengan sekitar dua pertiga di antaranya tinggal di negara berpendapatan rendah dan menengah. Sekitar 46% penderita belum mengetahui

kondisi hipertensinya, dan hanya 42% yang telah terdiagnosis serta mendapat pengobatan. WHO menargetkan penurunan prevalensi hipertensi sebesar 33% pada periode 2010–2030 (WHO, 2022).

Angka kejadian hipertensi di Indonesia tergolong tinggi, yaitu mencapai sekitar 36%. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi hipertensi di Indonesia tercatat sebesar 34,1% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Sementara itu, menurut *American Heart Association* (AHA), jumlah penduduk Amerika Serikat berusia di atas 20 tahun yang mengalami hipertensi diperkirakan mencapai 74,5 juta jiwa. Selain itu, dilaporkan bahwa sekitar 95% kasus hipertensi bersifat primer, yaitu tidak diketahui secara pasti penyebabnya (WHO, 2023).

Surveilans berbasis puskesmas di 23 kabupaten/kota Provinsi Aceh menunjukkan jumlah penderita hipertensi meningkat tajam dari 184.842 orang (2018) menjadi 1.113.987 (2019), 1.222.285 (2020), dan 1.516.104 orang (2021). Sejalan dengan itu, prevalensi hipertensi di Aceh juga meningkat dari 15% (2018) menjadi 28% (2021) (Dinkes Aceh, 2023).

Di Kota Banda Aceh, data tahun 2023 menunjukkan persentase penderita hipertensi yang tercatat di puskesmas mencapai 90,84%, naik signifikan dari 55% pada 2022, dengan angka tertinggi di Kecamatan Ulee Kareng (80,92%). Data Puskesmas Ulee Kareng periode November 2023–Januari 2024 mencatat 658 penderita hipertensi, terdiri dari 410 perempuan dan 257 laki-laki, yang menunjukkan risiko hipertensi lebih tinggi pada perempuan (Dinkes Kota Banda Aceh, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Dhrik dan Ratnasari (2023) dengan desain cross-sectional serta teknik consecutive sampling pada 78 pasien hipertensi berusia  $\geq 18$  tahun menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan berpengaruh secara signifikan terhadap kepatuhan dalam mengonsumsi obat serta pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang banyak terjadi pada lanjut usia ( $\geq 60$  tahun) dan menjadi salah satu penyebab utama meningkatnya morbiditas dan mortalitas. Kondisi ini ditandai dengan tekanan darah  $\geq 140/90$  mmHg yang, apabila tidak terkontrol, dapat menimbulkan komplikasi serius

seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal. Ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi merupakan faktor penting yang berkontribusi terhadap kegagalan pengendalian tekanan darah pada lansia. Kepatuhan minum obat, yaitu perilaku pasien dalam mengikuti dosis, jadwal, dan aturan yang ditetapkan tenaga kesehatan, berperan penting dalam mencapai pengendalian tekanan darah dan mencegah komplikasi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan lansia terhadap terapi antihipertensi masih rendah dan berdampak pada ketidakstabilan tekanan darah (Silvianah & Indrawati, 2024).

Gaya hidup merupakan faktor penting yang sangat mempengaruhi kehidupan masyarakat dan sangat berkaitan dengan kejadian hipertensi terutama pada usia produktif. Faktor penyebab terjadinya hipertensi pada usia produktif dikarenakan gaya hidup yang kurang sehat seperti konsumsi makanan bergaram dan berlemak, kurangnya aktivitas fisik dan merokok (Burhan dkk, 2020).

Pengendalian hipertensi dapat dilakukan dengan perubahan gaya hidup antara lain pola makan (mengurangi konsumsi garam, konsumsi lemak), peningkatan aktivitas fisik (senam hipertensi, jogging, dan lainnya), tidak merokok, peningkatan perilaku hidup sehat, penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi, peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit, peningkatan kualitas lingkungan dan peningkatan edukasi hidup sehat. Selain perubahan gaya hidup pengendalian hipertensi dilakukan dengan melibatkan peran serta masyarakat dalam deteksi dini/skrining serta pemantauan faktor resiko penyakit tidak menular (PTM), melalui kegiatan atau program penggerakkan massa pendukung Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS).

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul “Gambaran Pola Hidup Pasien Hipertensi di Masyarakat kampung bener mulie”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

“Apakah terdapat Gambaran Pola Hidup Pasien Hipertensi di Masyarakat kampung bener mulie?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Mengetahui Gambaran Pola Hidup Pasien Hipertensi di Masyarakat kampung bener mulie.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1. Bagi masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya penderita hipertensi, mengenai pentingnya pola hidup sehat seperti pengaturan diet, aktivitas fisik, istirahat yang cukup, serta pengendalian stres sehingga dapat membantu mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi.

#### **2. Bagi pasien hipertensi**

Hasil penelitian dapat menjadi bahan evaluasi dan motivasi bagi pasien untuk memperbaiki kebiasaan hidup sehari-hari agar tercapai kualitas hidup yang lebih baik dan risiko kekambuhan atau komplikasi dapat diminimalkan.

#### **3. Bagi tenaga kesehatan**

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi tenaga kesehatan dalam merancang program edukasi, promosi kesehatan, dan intervensi yang lebih tepat sasaran terkait pengelolaan hipertensi di masyarakat.

#### **4. Bagi institusi pendidikan**

Penelitian ini dapat menambah referensi ilmiah dan bahan pembelajaran mengenai pola hidup pasien hipertensi serta menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya di bidang keperawatan dan kesehatan masyarakat.

#### **5. Bagi peneliti selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan data awal atau pembanding untuk mengembangkan penelitian lanjutan terkait faktor-faktor yang memengaruhi pengendalian hipertensi atau intervensi pola hidup sehat di komunitas.